

باورهای مرتبط با ازدواج

آدم ها به دلایل مختلفی با هم ازدواج می کنند.

- برای اینکه مستقل شوند.
- برای اینکه مشکلات خود را حل کنند.
- برای اینکه از احساس تنهایی بیرون بیایند.
- به آن ها خوش بگذرد و ...

ولی آیا شما همه چیز را راجع به ازدواج به طور واقعی می دانید؟ چیزهایی در مورد ازدواج وجود دارد که کسی به شما نگفته است و خوب است قبل از تصمیم به ازدواج راجع به آن ها بدانید.

♣ **یک باور غلط این است که ازدواج منجر به استقلال می شود.** در حالیکه ازدواج محدودیت ایجاد می کند نه آزادی و استقلال. شاید برخی از افراد مخصوصا دختران، محدودیت هایی قبل از ازدواج را داشته باشید و دنبال این باشند که این محدودیت ها را بعد از ازدواج بردارند. درحالیکه غافل از این هستند که محدودیت های جدیدی جایگزین آن ها می شوند. زیرا وقتی شما ازدواج می کنید، باید همه چیز را با طرف مقابل خود هماهنگ کنید و برنامه هایتان را با او تنظیم کنید.

برخی از کارهایی که قبلا می توانستند انجام دهند. مثل بیرون رفتن با دوستان، تفریحات انفرادی و غیره را دیگر نمی توانند به راحتی داشته باشند. چون مسئولیت های دارند که این محدودیت ها را بوجود می آورد.

♣ **باور غلط دیگر این است که تصویر خیلی ایده آل گرایانه ای از ازدواج دارند.** معمولا روابط اولیه آدم ها با هم پر از عشق و شور و هیجان های مثبت است و منجر به تقویت این باور می شود.

بنابراین افراد فکر می کنند ازدواج منجر به خوشبختی و سعادت پایدار خواهد شد. و اینکه شما دیگر تنهایی را تجربه نخواهید کرد و یک همراه خوب برای بسیاری از فعالیت های مورد علاقه خود یافته اید.



واقعیت این است که ازدواج در دسرهای زیادی به همراه دارد ازدواج قهر و ناراحتی بخش جدایی ناپذیر آنست، ازدواج به این معنی نیست که شما قرار است در یک دنیای رمانتیک زندگی کنید و همیشه به شما خوش بگذرد. هر چند لحظه های خیلی خوب و تجربه های خوشایندی دارد ولی لحظه های ناخوشایند و روزهای بد را، هم در یک ازدواج خواهید داشت.

♣ **یک باور غلط دیگر که زیاد به چشم می خورد و معمولا باعث دردسر افراد می شود این است که آدم ها تغییر می کنند.** و تصور می کنند اگر همدیگر را دوست داشته باشند. می توانند همه چیز را تغییر بدهند این نیز یک باور غلط است. زیاد روی تغییر طرف مقابل حتی تغییر خودتان بعد از ازدواج حساب نکنید. درست است که آدم ها تغییر می کنند ولی به این معنی نیست که در جهتی که شما دوست دارید تغییر می کنند. واقعیت این است که شما هر کسی را که می خواهید انتخاب کنید باید به همان شکل که هست پذیرید و با او خوشحال باشید. بعضی از افراد ازدواج می کنند تا این ازدواج مشکلاتی که قبلا نتوانسته اند حل کنند را، حل کند، از خانواده خارج شوند، مشکلات مالی آنها کمتر شود یا

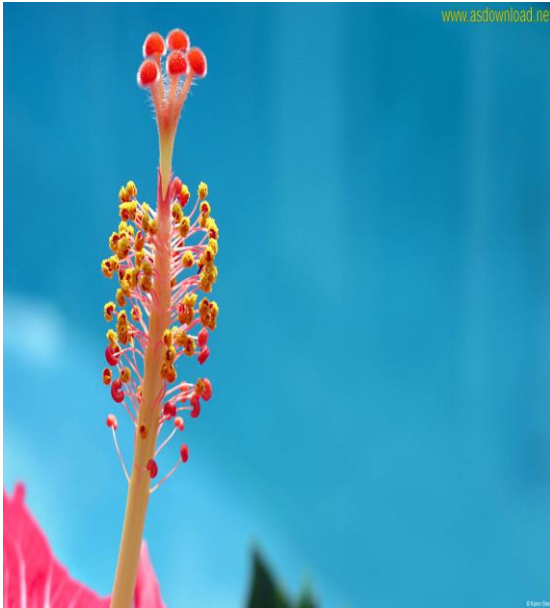


اداره مشاوره و سلامت روان معاونت فرهنگی
دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند

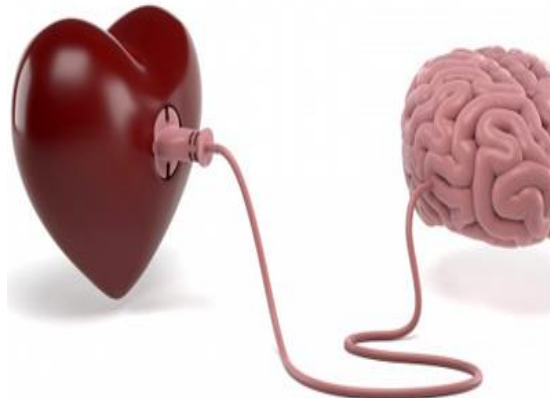
شماره های تماس اداره مشاوره و سلامت روان:

۳۲۳۹۵۳۲۲

۳۲۳۹۵۳۱۸



زندگی کردند. ولی واقعیت این نیست واقعیت این است که تازه مشکلات بعد از این شروع می شود. در واقع ازدواج این نیست که ازدواج می کنید و خوشبخت می شوید و در دسرها تمام می شود. انتخاب درست، یکی از قدم های زندگی است. بعد از درست انتخاب کردن باید از ازدواجتان مراقبت کنید. ازدواج مثل یک گیاه است، گیاه مناسب و سالمی را انتخاب میکنید، ولی باید به آن آب بدهید و هرسش کنید، باید از آن مراقبت کنید و عشق به آن بدهید وگرنه ازدواج و صمیمیت در کنار فردی دیگر از بین خواهد رفت.



چیزهایی شبیه این. واقعیت این است که ازدواج یک راه حل نیست، گاهی خود ازدواج شرایطی را برای ما فراهم می آورد که برای رسیدن و پرداختن به آن دنبال راه حل های مختلفی باشیم. ازدواج را نباید هیچ وقت به صورت یک راه حل نگاه کنید.

♣ باور غلط دیگر این است که ازدواج

می کنم تا خوشبخت شوم. باز هم واقعیت این است که هیچ آدمی قرار نیست خوشبخت کردن شما را به عهده داشته باشد، شما خود باید خوشبختی را بسازید. بنابراین ازدواج برای این نیست که فردی با این نیت کنار شما قرار بگیرد که صرفاً به شما توجه کند، شما را دوست داشته باشد، نیازهای شما را برآورده کند. ازدواج به معنی این است که دو انسان کنار هم قرار میگیرند و سعی می کنند در عین حال که نیازهای خود را برآورده می کنند؛ به طرف مقابل هم کمک کنند تا نیازهای او هم برآورده شود. یک مسئله دیگر این است که ازدواج نیاز به مراقبت دارد حتما در داستان ها شنیده اید که دختر و پسر بعد از در دسرهای خیلی زیاد و سختی هایی به هم رسیدند. ازدواج کردند و سالیان دراز با هم خوب و خوش